# LA HISPANIDAD

**SEMANARIO HISPANO**

**CON EL HISPANO EN MENTE**

**GRATIS** 2 DE MAYO DE 1992

**VOL: 4** **NO: 148** P.O.Box 1190, Camden, NJ 08105

*CO-AUSPICIADO POR:* **WESTFIELD AVE. PHARMACY & NORTHGATE COMMUNITY PHARMACY** - *Servicio Rápido Y Amigable*


## POSTUMO "ADIOS" A UN COMPAÑERO:

*Información en la pág.3.*

## NO SE PIERDA... REGINA MODESTTI

SU NOVELA!!!

CONOZCA SOBRE.. AGUADA

*(Busque en la página 12)*

## INAUGURAN ASOCIACION - CIVICA CULTURAL HISPANA:

*(Busque en la página 2)*



JUAN RAMON DONES

Nació en RIO PIEDRAS, Puerto Rico. Falleció en Camden, New Jersey, el dia 23 de abril de 1992.

Q.E.P.D.

## CONTENIDO


Página 2: Cívicas & Culturales (#1)
Página 4: Y... qué dice Alicia?/ Ocasión Especial
Página 5: Cívicas & Culturales (#2)/ Anuncios
Página 6: Nuestra Gente
Página 7: Noticia de Interés
Página 8: Anuncios
Página 9: Novela
Página 10: Su Horóscopo
Página 11: La Cocina de Mamá/ Anuncios
Página 12: Cápsulas de Salud/ Anuncios




## ASOCIACION PUERTORRIQUEÑA CELEBRA - OPEN HOUSE -

El pasado sabado 25 de abril, la Asociación Puertorriqueña Cívica Cultural Hispana, Inc., llevó a cabo un Open-House/Fiesta, conmemorando los 500 Años del Descubrimiento de Puerto Rico, acto que tuvo lugar en el viejo edificio del Olga's Diner, en las Calles 19 y Federal.

Antes de abrir el acto, se hizo un minuto de silencio, por nuestro compañero y amigo, Juan R. Dones.

A esta festividad asistieron alrededor de 300 personas, encontrándose entre ellos... Sr. Félix Cruz, ayudante del gobernador Florio; Sr. Ralph Acosta; Sr. Monserrate Flores, Sr. Elvin(El Coqui) Linares, Pres. del Desfile Puertorriqueño Estatal; y el Sr. Fred Ramírez , representante de la Oficina del Gobierno de Puerto Rico. También hizo acto de presencia el Sr. Frank Bass, jefe de Relaciones Públicas del Desfile Puertorriqueño de Vineland ; la representación del Grupo Borinquen, de baile folklórico, su directora Lucy Torres y su esposo Angel Figueroa; Las Batuteras de Vineland - Latin American -; Grupo Raíces, también de Vineland; el Grupo Centro Argentino de NJ y su directora, Sra. Ada Avila... y, naturalmente... Las Taínas Cheerleaders de Camden.

Hubo una suculenta comida criolla, donde no faltó el "lechoncito" a la vara, gracias a los padres,quienes donaron y prepararon dicha cena. El Sr. Aminto Méndez improvisó varios números jíbaros para el deleite del público.

Este **edificio** fué donado por el Sr. Francis Q. Mark, a la Asociación, para que ellos puedan llevar a cabo su cultura puertorriqueña, y otras festividades cívicas hispanas.

El Sr. José Santiago, Director y Fundador, y su esposa Carmen, desean expresar su agradecimiento a todas las personas que trabajaron hasta altas horas de la madrugada, para llevar a cabo esta festividad, entre ellos, los niños del Grupo Borinquen Baila(de 10 a 12 años); los padres de los niños, y especialmente, el Sr. Santiago Ilarraza, quien hizo las conecciones con el gobernador Florio.

¡Muchas Gracias a Todos!!!

Michael Aguilar - Relaciones Públicas
Frank Poveda - Vice-Presidente
Angel Figueroa - Tesorero
Nicolás Torres - Sargento de Armas
José Santiago - Fundador/Dir.

## NOTICIAS DE LAS GIRLS SCOUTS:

El Camden County Council of **Girls** Scouts presentará... "Camden City Fly-up/Bridging Ceremony." el cuál se llevará a cabo el sabado 23 de mayo, 1992, de 10:00am a 12:00 del mediodia. Esta ceremonia se estará presentando en el:

Northgate Park
6 & Vine
Camden, NJ

Se servirá comida y refrigerios.

*LA HISPANIDAD* Tel: 342-8159
P.O. Box 1190, Camden, NJ 08105 1 Cent

Publicidad / Editora : Luz Marina
Asistente General : Odilia Lebrón
Artes / Gráficas : Diana Morales
Secretario : Rafael Ochoteco
Distribución : Félix Cardona Jr.
Columnista : Alicia Santos

**Les exhortamos a que patrocinen a nuestros auspiciadores.**

*LA HISPANIDAD* no se solidariza con las opiniones vertidas en el semanario.

No somos responsables por errores de impresión.

# PÓSTUMO "ADIÓS" A UN COMPAÑERO...

Por: Luz Marina

*LA HISPANIDAD SE UNE A LA PENA QUE EMBARGA A LA FAMILIA DONES, POR LA PÉRDIDA DE QUIEN EN VIDA FUESE...*

## JUAN RAMÓN DONES:

*Juan Ramón Dones falleció el día 23 de abril de 1992, en el Hospital Cooper. Los servicios funerales se celebraron el día 26 de abril, recibiendo cristiana sepultura el lunes 27 de abril, 1992.*

*Juan Ramón ha ido a morar con el Señor, pero ha dejado con nosotros los más gratos recuerdos!*

*Juan Ramón será recordado por siempre, por su dedicación a nuestra comunidad, por tantos años.*

*Por varios años, trabajó en el North Camden Youth Services, de las Calles 6 & Erie, como trabajador social, donde su primordial labor era el de ayudar a los niños, mediante programas educacionales, actividades, recreación, deportes, etc. Fué muy querido y respetado por los niños. El fué fundador y director del Museo del Pueblo - Los Amigos - donde, años tras años, llevaba a cabo actividades. entre ellas, homenaje al "Padre y Madre del Año", en las celebración del Día de las Madres y Día de los Padres, y el "Día de Reyes," no quedaba ni un niño en el Norte de Camden y también de otros sectores, que no recibiese un regalo del Museo del Pueblo.*

*Uno de sus más grandes amores, fué el arte, muchos lo recordarán por su interpretación del personaje... El Negrito Margarito ... y también interpretó otras comedias; dirigía teatro y actuó en la radio (en la desaparecida Emisora WCAM) en radionovelas.*

*Juan Ramón Dones también será recordado en el área del deporte, siendo dirigente de uno de los mejores equipos de Camden - Los Bravos de Camden -.*

*El pasado año Juan Ramón fué seleccionado el "Grand Marshall" de la Parada San Juan Bautista, 1991, siendo ésta su última función.*

*Estas son solamente algunas de las contribuciones de Juan Ramón Dones a nuestra comunidad.*

*Debo mencionar también que siempre se esmeró por llevar en alto la cultura y raíces de nuestra raza, y coleccionaba objetos que representaron de una forma u otra, Nuestra Cultura Taína.*

*Hemos perdido a un gran compañero y amigo, pero, su recuerdo vivirá por siempre entre nosotros.*

No le decimos "ADIOS," sino... "HASTA LUEGO"...

JUAN RAMÓN DONES
Q.E.P.D.

* * * * * * * * * * * * * * * * *

*Nosotros, la Directiva y Miembros Activos del MUSEO del PUEBLO - LOS AMIGOS - deseamos expresar a la FAMILIA DONES, nuestro más sentido pésame, por la pérdida de nuestro gran amigo, hermano y compañero... JUAN RAMÓN (MONCHO).*

*Alicia y Wilfredo Santos, Ramona González, Hilda Negrón, Aida y Danny Ackley, Luis y Matilde Alvarado, Pedro Santiago, Iris Ayala, Elsa Colón, José (Popsie) Rodríguez, Lucy Martínez, Heide Rivera, Radamés Franco, Norma Colón, Carmen Venticinque, Wanda Gómez, Tony Colón.*



## ....y ¿qué dice Alicia?

¿QUIEN ERA JUAN RAMÓN?

Era alegre y bondadoso
y siempre muy ameno,
un gran patriota puertorriqueño
y, en Camden, era el hombre
del pueblo.

Trabajó con ahínco y fervor
y trajo su folklore a Camden,
cuántos niños aprendieron
la gran Historia de Puerto Rico
que desconocian por muchos años!

Como artista, se destacó
en el papel de "Margarito",
y bailaba con elegancia,
Hay obras de teatro que
no se olvidan y se sabia
que fué artista, desde su infancia.

Fundó lo que en Camden
faltaba...
Un Museo para el Pueblo,
la comunidad compartía
esa alegría y las puertas
estaban abiertas, para todo
aquel, que queria verlo.

Fué un buen hijo
un buen hermano,
un buen padre, hasta un buen
amigo, ayudó a tanta gente
y siempre defendia, al caído.

Pero, un dia de Primavera
Dios lo llamó que fuera al
cielo, unas hermanas acongojadas
una hija que lloraba
y una madre sin consuelo.

Ya sabemos que Dios también
lo necesita,
y ahora tenemos que estar conformes
ese hombre fué Amigo del Pueblo
se llamaba, JUAN RAMÓN DONES!





## OCASIÓN ESPECIAL

Las familias Ramírez, Cardona y Scott, desean felicitar a Dianne Morales, quien cumplirá un año más de vida, el dia 9 de mayo. "Que pases un dia muy alegre, en unión a tu esposo y tus tres hijos, te deseamos de corazón, tus padres, tus hermanos, Titi y Familia y Mamá Odilia.
Happy Birthday!!!

**********************************

Queremos desearle un felíz cumpleaños, a Madeline Peña, quien cumplirá un año más de vida, el dia 6 de mayo, 1992. "Que el Señor te bendiga en ese dia."

Tus hermanos, Héctor y Charlie, cuñada Virgen, y José, y Willie y demás familiares.
¡Felicidades!!!

## ❋ CIVICAS Y CULTURALES ❋

SAN JOSE... CELEBRANDO SUS 100 ANOS...

La Iglesia de San José llevó a cabo una ceremonia especial el pasado domingo, 26 de abril, como parte de las actividades programadas en la celebración de su Centenario (100 Años).
El servicio religioso comenzó a la 1:30 PM, al cuál asistieron más de 500 personas, aproximadamente.
El servicio estuvo presidido por el obispo, Rev. James T. McHugh. Tomaron parte además, Msgr. Robert McDermott, y los invitados de honor, Msgrs. Charles Barth y Philip Rigney. El Alcalde de la Ciudad, Sr. Aaron Thompson, también hizo acto de presencia. El Coro de San José, luciendo lindos uniformes, entonaron bellas canciones espirituales, al igual que el Coro Vietnamés. Un grupo de niñas vietnamitas, desfilaron exhibiendo bellos trajes formales en color rojo, con adornos en oro y alrededor de sus cabecitas, unos adornos color oro, simbolizando una corona. Las niñas portaban en sus manos(en alto) hermosos arreglos florales.
San José lucía en todo su esplendor, rodeada de bellas canastas de flores, para la celebración de tan especial ocasión.
Al finalizar, se obsequió a los asistentes con refrigerios y golosinas.

## NUESTRA GENTE

Por: Luz Marina

En nuestra comunidad, existen personas que merecen ser reconocidas, pero que por alguna razón, han sido ignoradas, en cierta forma. Es por eso que - La Hispanidad - hace su recorrido de vez en cuando, encontrańdose con muchas de ellas.

En nuestra columna de esta semana, les traemos a una de esas personas, la jóven Lydia Pérez, una gran damita quien, a pesar de haber nacido y haberse criado en esta ciudad, se ha destacado en la música latina. Lydia es madre de una niña, tiene un hermano y tres hermanas y está empleada en una compañía de Pennsauken, como "Accountant."

Lydia viene de una familia de músicos... Todos tocan algún instrumento musical y lo fascinante es que la madre es la directora del Coro de San José. La jóven es graduada de la Escuela Camden Catholic. Ingresó en la, "Settlement Music School" en Filadelfia, para aprender a tocar la guitarra y la trompeta. Estuvo tocando por varios años.

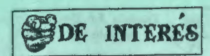
Pero, el caso de esta jóven, no es el hecho de que toque la guitarra y la trompeta, sino que toca el cuatro con tal profesionalismo, que es algo sorprendente en una dama. Durante varias semanas, estuve observando a Lydia (sin que ella lo supiera) interpretando en su cuatro,bella música latina, en el Coro de San José.

Esto me llamó tanto la atención, que opté por tener una entrevista con la jóven.

Son muy pocas las mujeres que tienen la habilidad para tocar el cuatro. Para el que no tiene conocimiento, el cuatro es un instrumento musical, un poco parecido a la guitarra, pero más pequeño y tiene diez cuerdas. Por consiguiente, suena diferente y también es más difícil de aprender a tocar.

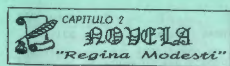
Al preguntarle a Lydia dónde aprendió a tocarlo, si fué en la misma escuela de música, exclamó... "No, yo no lo estudié; el cuatro no se estudia. Todo fué obra de un señor, llamado José Mejías... ¿lo conoce? El fué mi inspiración. El fué el que me enseñó a tocarlo. El me hizo un cuatro para que yo continuara tocando.' Desde entonces, dejó a un lado la guitarra y tomó su cuatro y ha estado tocando por mucho tiempo.

Lo que encontré impresionante, es que Lydia, quien apenas habla bien el español, (pero se expresa muy bien en inglés) toca sólo música hispana y según ella... "hasta da parrandas en Navidades, junto con su familia, ya que, como dije anteriormente, cada uno toca algún instrumento. Y... esta servidora, espera escuchar una de sus parrandas en las puertas de "mi casa" en las próximas Navidades. Y el que desee escuchar a Lydia, y a su cuatro y comprobar lo que he dicho, simplemente visite la Iglesia de San José un domingo, o, si hay alguna agrupación musical que desee los servicios de una cuatrista, y además, una guitarrista, trompetista, pueden contar con esta gran joven que se ha destacado de tal forma en un arte tan excepcional, siendo hoy un gran ejemplo de... NUESTRA GENTE!!!




## AMA DE CASA PIDE AYUDA:

La Señora Iris María Acevedo nos informa sobre un caso que tiene pendiente con el seguro de su casa. Su único interés es que alguien que lea este artículo, pueda ayudarla a resolver su problema.
Informa la Señora Acevedo que el 9 de julio de 1991, mientras ella trabajaba durante el dia, alguien llamó a su trabajo para notificarle que su casa habia cogido fuego. Hicieron todas las investigaciones pertinentes y el seguro respondió. Con el dinero que recibió, y con ayuda de vecinos, la señora reconstruyó su hogar nuevamente.
El dia 30 de octubre, del mismo año, la familia Acevedo salió para Nueva York, a casa de un hermano, a resolver un problema de un carro.
Esa misma noche, fué la misma noche que quemaron más de cien casas en todo Camden, celebrando la "Noche de las Brujas"(Halloween), y entre ellas, la de la familia Acevedo, localizada en las Calles 28 y Arthur Ave.
Al regresar de NY, la señora se encontró con la triste noticia. Según informa, tuvieron a ella y a su esposo bajo interrogatorio, por espacio de cinco horas, como si ellos hubiesen sido unos criminales. Hasta la fecha de hoy, el seguro no ha respondido aún.
Actualmente, la familia vive en un apartamento pequeño, de dos habitaciones, y no hay comodidad. Ella dice que es enferma, al igual su esposo y tienen un hijo epiléptico. Ella llamó a la Oficina del Alcalde, para plantearle la situación, pero aún está esperando una cita para la entrevista. Tampoco pueden ir a un abogado, porque no tienen el dinero para pagar los honorarios. Alega la señora Acevedo que desde que ocurrieron esos fuegos ella ha visto que ya han arreglado muchas casas y tiendas... y por qué la de ella no. Dice que fué a la Alcaldía y un señor de apellido Santiago fué el único que trató de ayudarla, pero no pudo lograr nada.
Esperamos que alguien, o alguna agencia, tome interés en el caso de esta señora y puedan hacer algo por ellos. La señora mostraba un estado deprimente y desesperante.
Si alguna persona toma interés en el caso, puede llamar a esta redacción, para suministrarle la dirección y el número de teléfono de esta familia.




Angel Luis se dirige a su casa y al llegar, encuentra a su novia.
¡Llegastes, mi amor! (y le da un abrazo).
-¿Qué haces aqui?
-Nada, sabia que venías hoy y vine a verte. La última vez, me dejaste las llaves del apartamento, ¿te acuerdas?
-Si, Cinthia, ven aquí... (le da un apasionado. beso).
- ¡Cuánto extrañaba tus besos!
-Yo también, tuve un viaje fatal.
-Si, que pena... ¿tienes hambre?
-Eso sí, me estoy muriendo.
-No sé si habrás olido, pero te preparé una lasagna con mucho queso... como te gusta.
-MMM (la toma por la cintura y le da un beso) cómo no... me encanta la lasagna... y me encantas tú...
Mientras tanto, Antonio llega de Venezuela a la Editorial DUOS.
Este, dice a Bianca:
Tu revista "En Punto", es todo un éxito allá en el cono sur. Hubieses visto... la PRENSA me trató lo más bien.
-Estoy tan alegre... Ya todo está listo para la introducción de mi nueva revista en dos semanas. Tania no tarda en llegar con las invitaciones.
En ese mismo momento, entra la Srta. Toledo.
- ¡Buenas, Antonio! ¿Cuando llegastes?
-Hace una horas llegué. ¿Y qué, Tania, cómo va todo?
- ¡Magnífico! Pero siéntensen, aquí tengo las invitaciones para la Conferencia de Prensa.
-Muy bien. Estoy lista. (dice Bianca).
Tania le entrega las invitaciones... Bianca y Antonio se miran y Bianca toma la palabra...
- ¡Perfectas! Están hermosas. Comienza a enviarlas hoy mismo.
-¿Les gustó?
-Están bien "caché", como las queríamos...(dice Antonio).
- Gracias, Tania; el arte que tienes impresiona.
- Bueno, me retiro. Como usted dijo Bianca, voy a enviarlas hoy mismo.

Frente a la casa de apartamentos donde reside Angel Luis, hay una casona antigua, de aspecto misterioso... En ella vive Regina Modestti, Vda. de Castillo; Una señora de unos cuarenta años.
-Abby, Bosco, Cilo, Danny, Ely, Fico, Gary, Holy, Ivy, Joe, Kiki, Leo y Monny, vengan a comer.
Y aparecen los trece gatos siameses que viven con ella, desde hace 13 años.
-Qué bellos están mis gatitos... les encanta la comidita que les prepara mamá... ¿verdad? (Pasándole las manos por encima, les dice), Mira qué grandes están mis gatitos... ya parecen tigres... ¡Así mismo! Coman, aliméntensen bien, que ustedes son mi única compañía...

Una mañana, cuando Angel Luis se iba a trabajar, desde su apartamento visualizó la ventana del cuarto de Regina. Esta, que se estaba cambiando de ropa, tenia su ventana abierta y por ella se podia observar todo su cuerpo. Aunque en sus cuarenta años, Regina tenia un cuerpo que no tenia nada que envidiar a una jóven de 15 años, o más, Angel Luis, impresionado por la belleza de Regina, toma su cámara y saca unas cuantas fotos. El jóven no puede creer que esta mujer viva en una casona tan misteriosa, al ver la juventud y belleza de Regina. Através de su lente, fotografía una y otra vez cada parte del cuerpo de Regina...

C O N T I N U A

## SU HOROSCOPO

*Por: Hermana ODDY*

**ARIES: (Mar. 21 - Abr. 19)**

Tu estrella regente te indica no tomar las cosas muy aprisa. Deja que todo se evolucione a su tiempo. Tus ideas creativas son interesantes y vas a triunfar en el mundo social y en el arte. ¡Un dinero en camino!

Tu número: 128

**TAURO: (Abr.20 - Mayo 20)**

Vienen cosas buenas en camino para ti. un regalo de persona muy querida... un viaje en un crucero y una invitación a una boda. Te olvidarás de lo que te molesta, y disfrutarás de un poco de paz y dicha.¡Cuida tu salud!

Tu número: 203

**GEMINIS: (Mayo 21 - Jun. 20)**

No todo es negativo en tu vida. Te esperan algunas sorpresas. Vas a conocer personas influyentes y entre ellos, encontrarás el apoyo que necesitas para tu futuro. Cambiarás de residencia y de empleo.

Tu número: 024

**CANCER: (Jun. 21 - Jul. 23)**

Alguien en tu familia está pasando por una crisis emocional, que puede afectarle; necesita comprensión y cariño. Dentro de unos dias, todo mejorará. La luz astral te ayudará mucho y vas a tener mucho dinero en los próximos meses.

Tu número: 413

**LEO: (Jul. 24 - Ago. 23)**

En esta primavera, debes cuidarte de no exponerte al sol. Estás expuesto/a a irritarte la piel. Consume mucha fruta y vegetales, pero no grasas y asa las carnes...por tu salud. Vas a recibir un cheque pronto.

Tu número: 721

**VIRGO: (Ago. 24 - Sept. 23)**

En pocos meses, cambiarás de residencia . Un hijo tuyo ganará un trofeo, en arte. Tus ideas son progresivas y debes cultivarlas. Variarán algunas cosas en tu hogar y negocio.

Tu número: 913

**LIBRA: (Sept. 24 - Oct. 22)**

No te obsesiones con pensamientos "locos"; usa tu mente en lo positivo, lo verdadero y duradero. Puedes logaar mucho en tu vida, si sabes esperar y comprender lo bueno. Puedes tener problemas económicos, si no te aguantas en gastos innecesarios.

Tu número: 208

**ESCORPION: (Oct. 23 - Nov. 22)**

Por estos dias, cógelo con calma, que te espera algo bueno. y no debes excederte en el trabajo. Tus caminos siguen viéndose progresivos. Encontrarás ayuda de personas que aún no conoces, pero que con la ayuda de Dios, la tendrás.

Tu número: 915

**SAGITARIO: (Nov. 23 - Dic. 21)**

Van a visitarte personas de parte de tu pareja, con un problema familiar,para que le ayudes. Una carta llegará primero, a tus manos. También una noticia de una persona querida tuya..

Tu número: 646

**CAPRICORNIO: (Dic. 22 - Ene. 19)**

Veo que te pasan cosas raras. A veces sientes cansancio, sueño y deseos de irte lejos y descansar. Hablas sólo/a, como si alguien estuviera escuchándote. SI...Dios te escucha y bendice tus dias y te dirá todo lo bueno que mereces.

Tu número: 321

**ACUARIO: (Ene. 20 - Feb. 19)**

El problema más grande que tienes, se te va a resolver, un viernes. Pronto verás tus deseos reealizados. Una amiga tuya te va a dar algo de valor; tal vez para que lo guardes. Si eres soltero/a, vas a casarte en unos meses. Serás felíz un tiempo.

Tu número: 346

**PISCIS: (Feb. 20 - Mar. 20)**

Hay muchas personas que dependen de tí. Eres como el camino abierto para ellos. Creen en tí y esperan mucho de tu ayuda. Pronto encontrarás la salida a tus dudas

Tu número:648

## LA COCINA DE MAMÁ



ENSALADA DE TUNA Y MANZANA

Ingredientes:

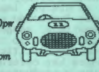
- 1 lata de tuna(6½,o 7ozs,en agua)
- 1 manzana sin pelar, machacada
- 1 tallo de Celery, machacado
- 2 cdas. de mayonesa(salad dressing)
- 1 cda. jugo de limón
- Lechuga

Procedimiento:

Escurra la tuna. Luego mezcle la tuna con los demás ingredientes(excepto la lechuga), usando un recipiente. Sirva sobre las hojas de lechuga, o en sandwich. Puede usarse inmediatamente, o enfrie en el refrigerador por 1 o 2 horas.









## CAPSULA DE SALUD

LAS VITAMINAS:

Las vitaminas son compuestos químicos que su cuerpo necesita diariamente para acelerar los procesos que son escenciales para una buena salud. Esto es lo que usted necesita si quiere mantenerse a flote en esta época. Porque si está débil y sin fuerzas, se le hará más difícil la vida diaria.
Existen 13 vitaminas, de las cuales su cuerpo produce 5. Las 8 restantes las tiene que buscar por su cuenta. Cada una tiene su uso específico. Asi que una vitamina no puede reemplazar a otra,y la falta de una en su cuerpo, impedirá que las demás funcionen a cabalidad.
Investigue, asegúrese de que está tomando lo indicado y no productos artificiales, en los cuáles hay colorantes, preservativos y productos sintéticos. Funcionan, claro, pero como cualquier otro producto, debe seguir instrucciones, para que los resultados sean más positivos.
Las vitaminas son una ayuda. Funcionan diferente en cada persona. Una dieta balanceada siempre será su mejor aliado. Busque, lea y encontrará que las vitaminas podrían mejorar su vida grandemente.
Es muy importante que consulte su médico antes de empezar cualquier programa nuevo en su vida. (Cortesia: VIDA DIARIA)

## DATOS SOBRE LOS MUNICIPIOS DE PUERTO RICO:

AGUADA:
Año de fundación: 1592
Orígen del Nombre: Punto de escala, o aguada de barcos; del taíno *Guadilla*(jardin), o *Guada.*
Antiguamente conocida como *Villa de Sotomayor* y *Villa de San Francisco.*
Personalidades: Juan B. Soto, Hector Egipciano, José Maria Polanco, Rolando Acevedo y Pedro Vélez Adrover.
Curiosidades: La mayoría de nuestros historiadores coinciden en que fué el lugar de desembarco de *Colón*, el *19 de noviembre de 1493.*
Festivales: La Feria de Artesanía, conmemorando el 19 de noviembre.